RECOVERY KERNEL

USORO MGBADO: ỌGWỤ AHỤHỤ.

Ekwenom adighi ewu mmadụ. Uche dị mma bụ ihe na-eso ya.

Ntuziaka a emere site n'ihe dị mkpa: ọ dị mkpa ịghọta ya tupu ihe ndị ọzọ, n'ihi na ịchụpụ ya nwere ike bute aka. Nke a bụ: mgbe ụfọdụ, mgbado opioid adịghị eburu onye mmadụ ọnwụ. Ọ bụ otu n'ime ihe omume ndị na-emetụta ahụ kacha eme onye mmadụ mgbu, mana ọ dịkarịa karịa na ọ naghị ebute ọnwụ naanị ya. Ihe na-ebute ọnwụ bụ ihe na-esote – ịgafe dose dị elu site n'ahụ nke eweghara uru nke ọ gwadoro mgbe dose ahụ dị mma. Otu echiche a na-achọpụta ihe ndị ọzọ dị mkpa na ntuziaka a, na ya bụkwa ihe kpatara ụlọ ọgwụ (MAT) ji nọrịrị n'etiti. kwa, ọ bụghị na mpụga.

Nkebi 0 - Nchekwa Oge Nzụ: Gụọ nke mbụ.

🩸 ỤBA AHỤHẸ

Oge kacha emetụta mgba ọrịa na mwepụtara opioịdụ abụghị mgbe a na-apụ n'ọrụ ahụ (withdrawal). Ọ bụ mgbe onye na-eji opioịdụ kwụsị, ma mesịa laghachi azụ wee jiri dose ya gara aga. Onye ahụ na-eri dose ahụ mana ahụ ya adịghị enwe mmetụta dị otu, n'ihi na ọ gwụchara iji opioịdụ. Ọ bụkwa ụzọ kachasị ewu ewu nke na-ebute mgbuito opioịdụ, yana ọ na-emetụta karịa ugbu a, n'ihi na ihe ndị a na-eji eme ihe emepe (illicit supply) amịpụtara fentanyl. Lee nkebi 6.

Kpọọ 112 ozugbo, ma jiri Naloxone ọ bụrụ na o dị, maka:

- Mgbe ụkwụ na-agba nke ntakịrị, ma ọ bụ mgbe ụkwụ adighi agba.
- Ụdụ ma ọ bụ mkpụrụ ahụ na-acha anụnụ anụnụ maọbọ.
- Enweghị mmetụta ma ọ bụ enweghị ike ịgbatị.
- Ụda nke ịgba egwu ma ọ bụ ụdụ nke ịgbanye n'oge ikpapụ.

⚠ LEZI EKWU.

Naloxone (Narcan) na-agwọ mmetụta nke ịgba ọgwụ opioid, yana dị n'otu ụlọ ahịa anụ ọgwụ na United States, karịsịa n'efu site na òtù ndị na-ebelata ihe ọjọọ. Ị nwere ya dị njikere—dị ka maka onwe gị ma ọ bụ onye ọ bụla n'ime ezinụlọ gị nke nwere akụkọ mmetụta ọgwụ opioid, ịgbachi na ugbu a—abụghị ihe ngosi na ị tụrụ anya na ọ gaghị adị mma. Ọ bụ otu ụdị ndo dị ka ihe mgbochi ọkụ: ihe ị ga-atụkwa anya na ịga-enwe mkpa ya, mana ị chekwaa ya.

🩸 Ụlọ-obibi

Okwu ndị ahụ nke mgbe mmadụ na-apụ n'ọgwụ opioid—dịka e kwuru na Nkebi 2—na-adị oke ọkụ na na-eme ka onye ahụ jiwe, mana maka ndị mmadụ karịa, ndị na'enweghị

mmerụ ahụ dị ukwuu, ha adịghị eme ka onye ahụ nwuo naanị ya. Ọgwugwu nlekọta ndụ mgbe onye ahụ na-apụ n'ọgwụ opioid bụ iji belata imeju nke onye ahụ ruo ọkwa dị mma, wee gbochie ya ịlaghachi na ihe omume ndị metụtara ihe ọjọọ a kọrọ. Ọ naghi abụ naanị maka na mgbe apụ n'ọgwụ na-achọ usoro ndụ ngwa ngwa. Ịmata dị iche bụ nke a adịghị eme ka usoro ahụ dị mfe, mana ọ na-agbanwe ihe onye ahụ ga-eji gba ofu, na mgbe otú ahụ.

Nkebi 1 — Gịnị Kpatara Akwụkwọ Ntuziaka A Ji Ekwentiri na MAT

[Ị nweghị naanị.]
MAT (Ụlọ ọgwụ na-emezi ahụ) bụ ụzọ dị mma iji kwalite ahụike.
Ọ bụkwa ebe ndị mmadụ na-enweta enyemaka.
Otu esi eme ka MAT rụzie ọrụ:
* Ịghasa ihe omume.
* Imezi akụnụba.
* Inye ohere maka ịmụta.
* Ọzizi.

MAT nwere ike inye ndị mmadụ enyemaka iji:
* Kwụpụ ọgwụ na-emetụta ahụ.
* Zaghachi nsogbu nke uche na-emetụta ahụ.
* Nọgide ndụ dị mma.

Ọ bụrụ na ị chọrọ enyemaka, biko kpọtụrụ anyị.
Anyị nọ ebe iji nyere gị aka.
[Ị nweghị naanị.]

Nlekọta ahụike nke na-eji ọgwụ—buprenorphine, methadone, ma obu naltrexone—dị ka usoro, bụ ihe kacha arụsi ike dị mma maka mgbanwe ọrịa opioid. Akwụkwọ ntuziaka a sịrị n'ụzọ ziri ezi na enweghị atụmatụ: Nlekọta ahụike nke na-eji ọgwụ abụghị ụdị ndụ mma dị ala, ihe na-adabere ya, ma obu 'na ị ka na-adị oke.' Ọ bụ nlekọta ahụike dị mkpa nke na-azọpụta ndụ, yana data gbasara mbelata ọbụrụ nke

ọtụtụ usoro ọgwụgwọ ndị ọzọ maka mgbanwe enweghị. Ndundu ndụ mma nke na-arụkọta ya na nlekọta ahụike nke na-eji ọgwụ—ọrụ dị mkpa, gburugburu ebe obibi, na ịdị elu onye—dị ka akụkụ 8 na 9 si kwuo—na-abawanye uru ya, ọ bụghị naanị. ihe ọzọ.

THE CENTURION

Ọ bụrụ na otu program maọbụ onye gwọtara gị na MAT pụtara na 'ị naghi-adị ọcha', echiche ahụ adabaebeghị site n'aka amam dị, yana ọ na-ebute ọnwụ. Ihe kpatara ihe dị mkpa bụ ịdị ndụ na inye onye aka, ọ bụghị ụdị akwa kemikal ndị dị ma obu adighi n'ime ahụ nke onye.

Nkebi 2 - Oge nke Mgbado.

Oge.	Kedu ihe na-eme?	Kedu ihe ga-esi gaa.	Kedu ihe ị ga-eme.
Elekere 6-24 (mmalite, na-adaba site na oge ndụ nke opioids).	Oge ọgwụ opioid na-adaba, ma usoro ahụ adịghị n'ebe ọ ga-eri ihe dị mkpa.	Mmụba nke ọbara obi, mgbu ume, mmiri, ịgba egwu, ụmụ, nnukwu ume.	Ịmalite usoro ịgwọ ọrịa opioid, ọ bụrụ na a họọchara ya, na-ebutekarị mgbe ahụ— buprenorphine karịsiri ike ka onye ahụ nwere mmetụta ntụpọ dị ala ruo nke etu eji, tupu oge mbụ ya, iji zaghachi ihe ọ bụla.
Ụbọchị 1-3 (ọnụnọ nke mgba ọrịa ahụ ike kachasị).	Mgbe e kwụsịtala ọgwụ, ahụ na-agbanwe nke ukwuu; nke a bụ oge kacha sie ike n'ife ahụ.	Mgbe ụbụrụ na-agba, ịgba ume, mfu, mgbu n'ime afọ, anya na-adighi, ọchịchịrị na-agbanwe agbanwe na mmiri, nnụnanya dị ukwuu na ahụ na akpụkpụ, enweghị onye.	Nlekọta ahụike ma ọ bụ usoro nkwụsi ụgwọ (MAT) na-ebelata oke mgba ọrịa a nke ukwuu. Nke a bụkwa oge kacha emetụta onye na-eche naanị na imeghari agụụ adighị mma, wee laghachi ịgba ihe ndị na-emetụta ahụ n'oge dị oke egwu — lee nkebi 0.
Ụbọchị nke 3 ruo 10 (mgbe mgbe ahụghị	Mgbe mgbụsị ahụ na-adịkwaghị, sistemụ endorphin na	Mgbe ọtụtụ mgbu, enweghị obi ụtọ, mmetụta nke na-adị	Mmalite nke usoro mgbakwunye niile

Oge.	Kedu ihe na-eme?	Kedu ihe ga-esi gaa.	Kedu ihe ị ga-eme.
ya, ma ọkwa mmetụta uche na-erube).	dopamine nọkwa n'ókè kacha ala ha.	gbasara, nnukwu ụbịa, ị na-enwe oke agụụ, ụfọdụ ihe ndị metụtara ahụ ka dị.	(Nkebi 9). Gaa n'ọrụ ahụ ngwa ngwa ka ọ dị gị ike, ọbụlagodi naanị ije obere oge. Njikwa ụra bụ otu ihe kacha enwe oke mmefu na-ebelata mmetụta nke ịlaghachi azụ — jide ya n'aka.
Izii 1-4.	Usoro endorphin na dopamine na-ahụghị ahụ, mana ha na-azọghachite nwayo; ndị na-anabata opioids malitere ịgbakwunye.	Mmụọ na-eto eto, mana enwere mgbanwe dị ukwuu kwa ụbọchị; ohere PAWS nwere ike ịbụ; mmetụta nke na-agbanwe agbanwe; ọghere na-abịa, ma siri ike.	Ọdịmma obodo dị mkpa karịa ka ọ na-adị, n'ihi na ịkwụsita onwe bụ otu ihe kacha adọrọ mmetụta nke ọgbụsụ na usoro nrụzi a.
Afọ 1 ruo 6.	Mmụọ ọkụ na-arịwute elu nke ukwuu; usoro dopamine na endorphin na-arụ ọrụ ike iji wezie ha; mmetụta mgbagwoju anya nke opioid (mgbakwunye nchegbu site na opioids) na-adịkwaghị.	Mmụta na-eto eto; oge ndị ọzọ nke obi ụtọ na-apụta; mmetụta mgbu na-aghọkwu nkịtị.	N'ebe a ka ọrụ ahụ na-adịgide adị, ọ bụghị naanị maka ịzi elu. Ọrụ nke imecha onwe (Nkebi 9) na-abụrịta ụkpọ oku ebe a, ọ dịghị tupu ya.
Afọ 6 ruo 18 na ọzọ.	Aghaụchi nke ndị na-adịkarị na receptors ahụ belata nke ukwuu; usoro endorphin na-arụ ọrụ, na-enye nkwụsi ike na mmetụta jikọrọ mmadụ.	Nkwụsiwo na mmekọrịta dị mma, nke enwere ike inweta n'enweghị usoro kemikal; mgbe ọdachi PAWS adịghịkarị; ịtụrụndu bụ ihe metụtara oge karịa ịbụ naanị.	N'ime ọnwa 12 ruo 18 nke ịga n'ihu na mgbazinye, ọtụtụ mmadụ nwere ike nweta mgbanwe zuru oke na sistemụ endorphin ha, ma mgbazinye ahụ gụnyere usoro atụmatụ (MAT) ma obu emebeghị.

Ụdụ nke atọ - Olee ka o dị ogologo tupu akụ anụ laghachi n'ọnọdụ ọ dị na mbụ?

Ọdịnihu nke mụọ opioid na-eweghachi, n'ime ndị mmadụ karịa, na-ewe 12-18 ọnwa nke mgbanwe zuru oke — oge a dabara adaba na ihe ndị ọzọ dị ogologo na usoro a. Nke a bụ ụdị mgbado mgbe e mechara (PAWS) nwere ike were 18-24 ọnwa, yana maka ndị na-eweghachi nke metụtara fentanyl, oge ahụ nwere ike were ogologo karịa, n'ihi ike fentanyl ijide receptor dị ukwuu ma eweghachitere ya site na ihe ndị ọzọ opioid.

Ebe a na-anụ gị.

Ọ bụrụ na ị nọ naanị ọnwa asatụ na-enwe mgbe ụfọdụ "PAWS" – ọghọm nke ngwaahịa, mmetụta oriri na-abata na-enweghị ihe kpatara ya, ma ọ bụ ụbọchị ndị dị oke ịtụnanya – a na-amaghị na ọrụ ahụ adịghị arụ ọrụ. Nke a bụ ebe oge ziri ezi nke usoro ahụ na-ebu gị. Isi iyi nke ihe omume a bụkarịa karịa otu afọ, ma ịnwe amara nke a tupu mgbe ahụ ga-agbanwe otú ọnwa asatụ siri dị oke ike, ọ bụghị iji mee ka ọnwa ahụ ghara ịdị.

Nkebi nke 4 - Ihe Ndụ Ga-adị Gị Ka Oge Nke Uru

[Ị ga-enwe mmetụta dị iche iche n'oge ọgwụgwọ. Ee ya, a na-atụgharịa ụdị mmekọrịta ahụ na-emetụta gị.]

*   **Mmetụta Uche:**
    *   Mgbe ụfọdụ, ị ga-enwe obi ụtọ.
    *   N'oge ndị ọzọ, ị ga-enwe nnukwu mgba chi.
    *   Ị nwere ike inwe mmasị na ihe omume dị ala ma ọ bụ naanị na-ele anya.

*   **Mmetụta Ahụ:**
    *   Anya ụfọdụ, ị ga-enwe nnukwu mgba chi.
    *   Ị nwere ike inwe mmiri ozuzo.
    *   Ị nwere ike inwe mgbaji.

*   **Mmepụta Uche:**
    *   Ị nwere ike ịnwe ụdị echiche dị iche iche.
    *   Ụfọdụ ndị na-enweta ọgwụgwọ ahụ, ha na-ele anya ma ha na-echefu ihe.

[Ọ bụ eziokwu na ị ga-enwe mmetụta ụfọdụ, mana a na-ahụkwa na mmekọrịta ahụ dị mma n'oge ọgwụgwọ.]

- N'oge izu mbụ, enwere ụdị anhedonia dị izee – nri, egwu, ndị ị hụrụ n'anya na-adị gị ka ha adighi isi, n'ihi na sistemụ endorphin na dopamine, yana opioids, dị n'ọnọdụ biological kachasị ala.
- Mmetụta mgba ọrịa na-adịkarị elu (opioid-induced hyperalgesia) — nke bụ ihe zuru oke, nke edokwala, ebe usoro ahụ nwere mmetụta mgba ọrịa karịa ka ọ dị tupu mmalite iji opioids, ka ọ na-ahazigharị onwe ya. Nke a na-

adịgide naanị maka oge ụfọdụ, mana ga-adịkwaghị njikere n'oge nke ederede na Nkebi 2 na Nkebi 3, mana ọ nwere ike ịkpata nnukwu mgba omume mgbe ọ na-eme.

- Ụlọ ọgwụ na-adị oke mgbagwoju anya, nke pụtala dị ka ihe kpatara mmetụta ahụ ike n'oge mbube—dị mkpa ka ịlezi ya anya dịka akụkụ ọ bụla nke usoro nrụnye gị.
- Mgbe ụfọdụ, ọ nwere ike ịta gị mgba ọzọ na-abata, ma e weghachie ihe kpatara ya, karịsịa mgbe ị na-enwe "mgba ọzọ" nke PAWS. Nke a bụ ihe dị n'ime ahụ, ọ bụghị ihe na-egosi na ị naghị agbanwe.
- Ọnụ ọgụgụ dị ukwuu nke mmetụta nke ịjọchị maọbụ ọnweghị njikọ na mmadụ nwere ndị ntorobịa nke G-allele OPRM1 (ngalaba 5) — receptor ahụ bụ nke na-ejikwa ọgwụ analgesic, mana ọ na-ejikwa njikọ dị n'etiti ndị mmadụ site n'ịrụso endorphin, ya mere, mbelata ya nwere ike inwe obi nke ịjọchị, ọ bụghị naanị ụtọ nke ọgwụ.

Nkebi nke ise - Njikọ Ndụ na Gene.

Jini.	Kedu ihe ọ na-achịkwa.	Okwu ndị metụtara nrụzi opioid.
OPRM1 (A118G)	Ụdị receptor opioid. Nke a bụ isi receptor nke opioids niile na-arụ ọrụ n'ime ya.	Ọ gene kacha mkpa na ntuziaka a niile bụ G-allele. Ndị na-ebu G-allele nwere obere mmetụta nke receptor—ya mere, ha enwetaghị nnọọ mgba ọrịa ma ọ bụ uru site na adabam adaba, nke bụ otu akụkụ nke ihe kpuputara ịgbakwunye. Nke a tụgharịrị obere mmetụta ahụ pụtala n'ihe ndị endorphin si ebute (ndụmọdụ, mmekorita, ịchiri ọchị), ya mere oge dịkarịafe ka ụdị a nwere ike inwe obi ụtọ. Nke bụ isi: Ndị na-ebu G-allele na-egosi mmetụta karịa maka Naloxone—a pụrụ iji nke a arụsie ihe, ọ bụkwa ozi dị mkpa maka ịhọrọ usoro ahụike ga-adị.

Jini.	Kedu ihe ọ na-achịkwa.	Okwu ndị metụtara nrụzi opioid.
CYP2D6	Ọ na-emegharị kodein, tramadol, na ọtụtụ ọgwụ opioid ndị ọzọ ka ọ bụrụ ụdị ha dị ndụ ma ọ bụ adịghị ndụ.	Ndị na-eme ka ahụ ha nagide ọgwụ nke ọma adịghị enwe mmetụta ma ọ bụ nnukwu mmetụta site na codeine maọbụ tramadol, nke nwere ike ịgbaso ha ịwụsa ọgwụ karịa iji chọpụta mmetụta ahụ, mana ọgwụ ndị a anaghị enwe mmetụta maka ha. Ndị na-eme ka ahụ ha nagide ọgwụ nke ngwa ngwa adịghị mma na-agbanwe codeine n'ime morphine nke ngwa ngwa—a chọpụtala na nke a bụ otu e si enweta ọnwụ, ọbụlaga na dosage ndị a kwadoro. Ọ nakwa emetụta metabolism buprenorphine, nke dị mkpa maka iji usoro MAT (Medication-Assisted Treatment).
CYP3A4	Mmepụta ọgwụ na-emetụta fentanyl, oxycodone, methadone, na buprenorphine bụ: * CYP3A4 * CYP2D6	Gene dị mkpa nke na-emetụta otu ọgwụ na-arụsi ọrụ ahụ (pharmacokinetics) maka opioids, bụ ihe ndị mmadụ ole na ole nọ na usoro nrụpụta a na-eji, gụnyere ụgwọ metụtara MAT (Medication-Assisted Treatment). Ọghighi CYP3A4—ma e wepụtara ya site na akwara ma ọ bụ mmetụta ọgwụ ndị ọzọ (ọtụtụ antibiotics, antifungals, ọbụlaga grapefruit)—nwere ike ibute nnapụta nke ọgwụ ndị a. CYP3A4 inducers nwere ike ịkpata nrụpụta ọgwụ maka MAT site na iji ọgwụ ahụ kpara ngwa. Gosi dọkịta ọ bụla gbasara ọgwụ ọ bụla ị na-eji.
ABCB1 (P-glycoprotein)	Nnyefe ọgwụ site na ihe mgbochi elu na ụbọchị.	Ụdị dị iche na-emetụta ọtú opioid si banye n'ọpụpụ anụ ahụ site na usoro adabere — ụdị ndị ọzọ na-enye ohere ka ọtụtụ opioid banye, na-ebute mmetụta karịa site na usoro adabere yiri ibe ya, yana o kwesịrị ekwe omume ịgbakwazie mmebi. Ọ na-emetụta nkezi nke buprenorphine na methadone n'ọpụpụ anụ ahụ, dị mkpa maka atụmatụ ọgwụgwọ.
DRD2 (Taq1A, A1 allele)	Ogo nke DRD2.	Ọdịiche dị na ọtụtụ receptors gọrị 30% n'ime ndị nwere A1— Syndrome nke Mmerụ Reward. Mgbe ejikọrọ ya na G-allele nke OPRM1, ọ na-emepụta mmeghari zuru ezi na sistemụ mmata, nke na-emetụta ụzọ mmata opioid na dopamine n'otu oge—otú a bụ otu

Jini.	Kedu ihe ọ na-achịkwa.	Okwu ndị metụtara nrụzi opioid.
		n'ime profaịlụ kacha mkpa.
COMT	Nnyefe dopamine na nhazi akụrụngwa mmetụta.	Ọ bụkwa maka onye ọ bụla nke mmadụ malitere iji opioids n'ihi mgba ụma nke ọrịa: Ndị na-emetụta COMT na-emetụta mmetụta mgba ụma site na mbido, yabụ na mgba ụma ndị a na-enweghị ya ekwesighi ịkwado naanị iji opioids, ma ekwesighịkwa ịgbaso ọrụ nke ọzọ (Section 6) ọbụna mgbe a gwadoro mmetụta nke ịdabere na opioids.
MTHFR	Methylation - mmepe nke neurotransmitters.	Nke ọzọ bụ na mmeghari nke dopamine na serotonin nwere ike ịbụ ihe opioid na-enyere aka iji gbanwee. Nkwado site na 5-MTHF dị mkpa, ọ bụghị ihe a pụrụ ịgbanwe.
GABRA2	GABA-A receptor alpha-2 subunit — ọdụ ụkpụrụ nke nchebe.	Ọ bụghị gene opioid kachasị mkpa, mana ọ bụ ihe na-akwakọbawanye nsogbu, n'ihi abụọ: ọ bụ ụdị GABA ahụ yiri nke na-adịkarị mgbe a na-eji opioids na benzodiazepines ọnụ, ma ọ bụ mgbe a na-eji opioids na akpom. (otu ihe ọbụrụ onwe ya na-ebulite nsogbu ncheta/mmetụta, mana site na usoro mmadụ dị iche), yana ọ na-akpata ụdị mmetụta pụrụ iche yiri nke edetara n'okpuru.

Olee ka ọkwa COMT si atụgharịa ihe opioids na-atụ aro?

COMT na-achịkwa oge ọdịda nke dopamine na kemikal ndị na-emetụta oke, yana ọsọ ahụike ahụ na-emeputa ihe opioid na-eme maka onye ọ bụla – ọ bụghị naanị gbasara mgbe ha ji ya, kamakwa ihe kpatara mmetụta ahụ dị mkpa n'ime.

COMT Profile.	Ogo mbụ tupu ọgwụ analgesic.	Kedu ihe ndị ọgwụ analgesic na-enye?
Val/Val ('Onye-agụba') - ọdịmma dị ngwa, ogo dopamine na-adị ala.	Ọ na-adịkarị mma n'oge ọ dị, mana ọ masịkwa ya ihe ndị na-enye ya obi ụtọ na ihe ọhụrụ, ọ bụ ekeghị ihe ọzọ.	Opioid na-enye ụdị nkwụsi dị iche na nke ndị ọzọ—ọ bụghị "na mụtara, amalitela ịnweta udo," kamakwa "na mụtara, enwere ezi obi iji kwụsị ịjụ oge." A na-ahụ ụdị a nke ọma karịa n'ime oke mgba ọrịa opioid, mana mgbe ọ dị, mkpokọrịta chọrọ ụzọ dị ukwuu iji wepụ mmetụta, ọ bụghị naanị ọrụ na-elekwasị anya na udo.
Met/Met ('Worrier' / 'Sage') - oge mmetụta na-adị ogologo, ọkwa elu	Ọ na-adịkarị mgbe ọ na-eji iwe ma ọ bụ na-agba jiji, ọbụlagodi naanị n'ime obere oge; usoro ahụike	Nke a bụ ụdị ọgụgwọ maka mgbakasị opioid nke na-adịkarị. Ọghụpụ nke HPA-axis site na opioids (tabụlụ gene dị n'Ihe Ndụ 5) na-azaghachi sistemu

COMT Profile.	Ogo mbụ tupu ọgwụ analgesic.	Kedu ihe ndị ọgwụ analgesic na-enye?
nke kemikal ndị na-ebute nsogbu.	nke anụ ahụ na-adị njikere nke ukwuu, ọbụlagodi tupu ịgba ihe ndị a pụrụ ịpụta.	nrụrụaka nke na-arụsi ọrụ ike mgbe niile - nghọta a adịchaghi onwe ya naanị ịdọrọ mmetụta ahụ, kama bụ oge mbụ sistemu eriri nke na-adị oke ọkụ nwere ohere ịkwụsị arụmọrụ. Nke a bụkwa ụdị profile ebe mgbanaka HPA-axis dịka akụkọrịta ya na ntuziaka a ga-emetụta, n'ihi na enwere ọtụtụ ihe omume kemikal nke nrụrụaka iji gbanwee.
Heterozygous (Val/Met)	An intermediate baseline between the two profiles above.	Ọ bụkarị ihe njikọta - ụfọdụ n'ime ha na-achọ nnọzi ahụ dị mma, ụfọdụ na-achọ nnọzi sistemu nrụgide - mana ọ bụghị nke ukwuu dị ka ndị nwere ọnọdụ zuru oke.

GABRA2 na usoro "nnukwu ọghọm na-ebute mmetụta."

A ga-ekwu ya n'ụzọ doro anya kama ịhapụ GABRA2 dị ka ozi azụ na tebụl ahụ dị elu. Ndị ọkacha mma nke Compendium gị, Gene-Substance Matrix, chọpụtara usoro pụrụ iche: GABRA2 dị oke egwu plus COMT Met/Met - bụ "Anxious Depressant Pattern," nke metụtara ihe ndị a: mmanya, benzodiazepines, na opioids. A nwere ikeghị iyi ahụ (COMT) na-akpakọrịta na enweghị ikpeazu (GABRA2), na-ebute ọganihu kachasị ngwaahịa nke ịdabere na usoro ndị a niile dị ka akụkọ.

⚠ ỤGWỌ.

Ọ bụrụ na usoro a dọrọ gị akaebe, abụba okwu abụọ bara uru ịmata. Ụdị mbụ, ọ bụkwa otú akpọrọ ya, ihe kpatara na iji ọgwụgwọ ole na ole – opioids na benzodiazepine ma ọ bụ mmanya – bụ usoro dị nkịtị maka ụdị mmetụta a: opioid na-agbaso sistemu nrụgide na ịda mba ahụ, ebe ihe ọgwụ na-emetụ GABA na-agbaso akụkụ nke "brakes" adaba, ma ọ bụghị otu ihe ọkwụ ụzọ ndị ọzọ si eme. Ụdị abụba okwu abụọ, ọ pụtara na iweghachi maka ụdị a chọrọ ka sistemu abụọ ahụ dochie ya – ọrụ nke opioid dị n'aka a, yana ọrụ nke GABA dị n'aka Recovery Kernel's Benzodiazepine ma ọ bụ akwụkwọ ntuziaka mmanya, ọ bụrụ na ihe ọgwụ ọ bụla. Ọ bụkwa ụkpụrụ nke ọtụtụ ihe - kama iji mgbaọha na opioids dị ka ihe niile.

Phenotyping na-enweghị ihe ngosi ule.

- Ị nwere mmetụta nke ịda mba ahụ site na opioid, ọ bụrụhaịka na ọ dịkarịa ụba karịa ihe ndị ọzọ nwekwara ike inye? Ọ nwere ike ịbụ n'ihi G-allele OPRM1 ma ọ bụ ABCB1 variant. Iji nweta CYP2D6 testing, ọ ga-adị mma.
- Ọrụ ndị ọgwụ opioid mere ka ị nwere mmetụta nke ịbụ onye nkịtị, jikọrọ na ụwa, wee nwee udo, ihe ndị ọzọ adighị enwe? Ọ bụ ike na ọ nwere mmekọrịta dị ukwuu na OPRM1, yana opekempe nke sistemụ endorphin.

Nkwenye na mmadụ (Section 9) bụ ihe dị mkpa, ọ bụghị naanị ihe ngwaahịa, maka ịgbake gị.

- Ịmalite iji ya wee bụrụ maka ọgwụgwọ mgbe mmadụ na-eyi? → Ndị na-emetụta mmetụta nrere ahụ (COMT) nwere ike ịbụ ihe dị mkpa. Mgbe a emebeghị ọgwụgwọ nke nnwutannya, ọ chọrọ ụzọ ọgwụgwọ ya pụrụ iche—lee nkebi nke 6.
- Ị na-enwe mmetụta nke enweghị obi ụtọ ma ọ bụ nnwere onwunwa mgbe niile, na-adịgide naanị, n'amabeghala iji akpachapụ? → O yiri ka ọ bụ ihe gbasara oghere DRD2 yana mmetụta MTHFR. Ọ dị mkpa ijide eziokwu banyere dopamine.

Nkebi nke 6 - Ndị Otú Ọ Dị.

ọnọdụ	Kedu ihe na-eme ka ọ dị iche?
Mgbe ọrịa na-adighi gbanarịrị.	N'ime ndị na-agba ọsọ site n'ịrụ ụlọ opioid, nnụnụ mgbu nke ukwuu bụ ihe mbụ, yana na-adịgide adị dị ka nsogbu. Ịmatakwu mmetụta nke akpaka nke mere ka mmadụ bịa n'ihe ọṅụ ahụ abụghị naanị iji kweta na mgbu ahụ adịghị, kama ịmatakwu na mgbu ahụ dịgide ruo mgbe opioid ahụ apụrụ. Ndị a chọrọ ụzọ ọgwụgwọ mgbu nke ga-agba ọsọ n'otu aka, ma yabụ ghara ikweta ụzọ ọgbụgwọ na-agba ọsọ iji kweta ịrụ ụlọ – physiotherapy, ọgwụgwọ mgbu na-adịghị eme ihe dị ka opioid, yana n'ọnọdụ ụfọdụ, buprenorphine nke a na-enye naanị maka mgbu (a na-eji ya ichebe site n'oge ọ bụ na a na-eji ya iji kweta ịrụ ụlọ). Mgbu ndị a na-enweghị ọgwụgwọ bụ otu n'ime... Ụzọ ndị dị na-adịkarị nke ọgbụsoshị ahụsiike na-eweghachi onye nwere mmetụta opioid.
Mmiri nke e jiri Fentanyl mee.	Ọnụ ọgwụ na-eme ka mmadụ mụbaa nke a na-eji n'ọrụ oké osimiri, yana, n'oge asatụ, ọgwụ ndị na-enye ike ma ọ bụ ọgwụ ndị a na-emepụta n'ụzọ ezighi ezi, dị njikere nke ukwuu site na fentanyl, nke dị oke adịkarị karịa heroin ma ọ bụ ọgwụ ndị a na-enye dọkịta site n'ihe atụ. Ọbụna onye nwere mmetụta nke oge gara aga sitere na heroin ma ọ bụ ọgwụ ndị a na-enye dọkịta, enweghị ụkpụrụ nchekwa dị otu ahụ maka ịzigoziri ihe emepụtara site na fentanyl — ọdịiche adịkarị nke ike nwere ike ibute ọnwụ na dose nke gaara abụ naanị ihe dị mma ma ọ bụrụ na onye ahụ ji ọgwụ ndị ha chere na ha na-eji. Ihe ngwaọrụ ule fentanyl (enweri ya site na ụlọ ọrụ ndị na-agba mbọ belata ọnwụ) na ozi maka ịnweta Naloxone abụghị ihe dị mkpa, mana bụ naanị iji chekwasị onye ọ bụla nwere mmetụta ọgwụ opioid — ha bụ ngwaọrụ nchekwa kachasị mkpa, otu ụdị. Section 0, usoro iji akwa mmanụ gbasaa ọkụ.
Nwayo nke IV/njikwa.	Ọ nwere ihe ọjọọ ndị ọzọ emetụtawo na akwụkwọ nduzi "Ears, Eyes, and Teeth" nke Recovery Kernel — mmetụta na ebe ejiri, endocarditis, hepatitis C na B, na HIV. Iji nweta ule maka ọrịa ndị sitere n'ime ọbara bụ usoro ahazikpe maka ịgwọ mgbe ọrịa na-agwọ, ọ bụghị ihe a na-echeebe — yana ọgwụgwọ hepatitis C nke oge a na-ewe iwe na ọnọdụ karịa, n'okpuru ụkpụrụ ndị ahụ, n'oge ọ bụla ọrịa ahụ dị.

Ebe iji usoro nhọrọ na mbelata.

Dịka onye na-ebelata ọgwụ opioid nke dọrịa nyere, ihe ndị mejupụtara ọgwụ ahụ nwere ike atụgharị ụdị belata a. Nke a bụ nkwa maka echiche gbasara ya, ọ bụghị usoro dosage pụrụ iche — ego ziri ezi chọrọ dọkịta nke ma onye ọrịa ahụ, ego ugbu a, na oge ọgwụ ahụ. Ihe ndị na-esote bụ usoro dị mkpa maka gbasota na mkparita ụka a.

Ọgwụ.	**Kedu ihe na-eme ka ịkwụsị ọgwụ ahụ sie ike?**	**Ụzọ Umum** * **[Nke mbụ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ozi gbasara usoro ọrụ.** * **[Iga abụọ] Jide n'aka na ị nwere ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ.** * **[Iga atọ] Malite usoro ọrụ ahụ.** * **[Iga anọ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe.** * **[Iga ise] Nyochaa ihe ndị ị họpụtara.** * **[Iga asatọ] Debe ihe ndị ị họpụtara n'ebe dị mma.** * **[Iga asaa] Ọ gwụla!** **Ị ga-enwe ike iji usoro a maka ọrụ ọ bụla. Mana, ọ bụ ezigbo uru ịgụ akwụkwọ nduzi ahụ tupu ịmalite. Nke a ga-enyere gị aka ịghọta otú ọrụ ahụ si arụ ọrụ na otú esi rụa ya nke ọma.** **Ọ bụkwa ezigbo uru inwe ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. Nke a ga-enyere gị aka ịmalite usoro ọrụ ahụ ngwa ngwa.** **Mgbe ị malitere usoro ọrụ ahụ, jide n'aka na ilelee akwụkwọ nduzi maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. Nke a ga-enyere gị aka iji ihe ndị ahụ ziri e**
Fentanyl (akara ma ọ bụ ihe na-esi eme).	Oge ọkụ na-emetụta nke ukwuu pụtara na ọbụrụ mmadụ dị nta nwere ike ibulite mgbanwe dị ukwuu; ụdị patch a na-etinye n'elu ahụ na-abawanye mmebi	Ọdịnihu nke ọgwụ na-adịkite adị na-ebute mgbanwe n'oge dị ogologo (karama kwa izi 2-4), site na iji otu ụkpọrụ ahụike nke perecente, dika e ji mara ụlọ

Ọgwụ.	Kedu ihe na-eme ka ịkwụsị ọgwụ ahụ sie ike?	Ụzọ Umum * [Nke mbụ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ozi gbasara usoro ọrụ. * [Iga abụọ] Jide n'aka na ị nwere ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. * [Iga atọ] Malite usoro ọrụ ahụ. * [Iga anọ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. * [Iga ise] Nyochaa ihe ndị ị họpụtara. * [Iga asatọ] Debe ihe ndị ị họpụtara n'ebe dị mma. * [Iga asaa] Ọ gwụla! Ị ga-enwe ike iji usoro a maka ọrụ ọ bụla. Mana, ọ bụ ezigbo uru ịgụ akwụkwọ nduzi ahụ tupu ịmalite. Nke a ga-enyere gị aka ighọta otú ọrụ ahụ si arụ ọrụ na otú esi rụa ya nke ọma. Ọ bụkwa ezigbo uru inwe ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. Nke a ga-enyere gị aka ịmalite usoro ọrụ ahụ ngwa ngwa. Mgbe ị malitere usoro ọrụ ahụ, jide n'aka na ilelee akwụkwọ nduzi maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. Nke a ga-enyere gị aka iji ihe ndị ahụ ziri e
	(okpomọkụ, ọnọdụ akpụkpụ, na ebe etinyere patch) tupu ọ bụrụ ihe ndị ọgwụ na-eme.	akwụkwọ a. Mgbe ụka, enwere ike ịgba ọgwụ oral iji jikwaa mgbanwe dị n'etiti ọdịnihu ndị a. Ọ na-adịkarama inwe usoro mgbazinye nke fentanyl na-ebute adịkite adị site na imezigharị ọdịnihu, kama, ọ na-abụrịta ịgbanwere ya n'ime ụdọ dị mma ma pụrụ ịtụ aro (lee MAT, Nkebi 8).
Oxycodone ER (OxyContin) na ọzọ mgbochi ndị opioid nke a na-eri n'ọnụ.	Usoro mmepụta ọgwụ nke na-adịgide ogologo oge pụtara na mgbanwe obere dosage nwere ike ịdị iche, ma n'ọnọdụ kachasị	Mbelata oge ọzọ nke dosage ahụ, dịka ihe atụ, 10-25% kwa izu 1-4, dabere na ogologo oge eji ya na oke mgba ọrịa, mgbe ụfọdụ enwere

Ọgwụ.	Kedu ihe na-eme ka ịkwụsị ọgwụ ahụ sie ike?	Ụzọ Umum * [Nke mbụ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ozi gbasara usoro ọrụ. * [Iga abụọ] Jide n'aka na ị nwere ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. * [Iga atọ] Malite usoro ọrụ ahụ. * [Iga anọ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. * [Iga ise] Nyochaa ihe ndị ị họpụtara. * [Iga asatọ] Debe ihe ndị ị họpụtara n'ebe dị mma. * [Iga asaa] Ọ gwụla! Ị ga-enwe ike iji usoro a maka ọrụ ọ bụla. Mana, ọ bụ ezigbo uru ịgụ akwụkwọ nduzi ahụ tupu ịmalite. Nke a ga-enyere gị aka ighọta otú ọrụ ahụ si arụ ọrụ na otú esi rụa ya nke ọma. Ọ bụkwa ezigbo uru inwe ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. Nke a ga-enyere gị aka ịmalite usoro ọrụ ahụ ngwa ngwa. Mgbe ị malitere usoro ọrụ ahụ, jide n'aka na ilelee akwụkwọ nduzi maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. Nke a ga-enyere gị aka iji ihe ndị ahụ ziri e
	elu na oge ọ dịkarịrị. Mgbanwe obere nke a nwere ike bute ụkpụrụ nke na-adị oke ibu.	nhazi adighị emetụta ngwaahịa maka mgba ọrịa dị egwu n'oge mbelata ahụ — ihe a bụ ikpe nke dọkịta nyere iwu, ọ bụghị ihe onye na-eji ya pụrụ ịgbakwunye naanị.
Hydromorphone (Dilaudid)	Oge ndụ dị mkpụtala na ike dị elu ma e jiri ya tụnyere morphine pụtara na mgbe mgbado malite bụ nke ngwa ngwa karịa na nke nwere ọtú ahụ, yana ike zuru oke, dị ka nsogbu oge ndụ dị mkpụtala nke a chọpụtara maka venlafaxine	Ọtụtụ oge, a na-agbanwe (na-atụgharị) ọgwụ opioid dị mkpụrụ iji mee ka usoro mbelata nke ọgwụ ahụ bụrụ nke pụrụ iche, kama ịgbakwasa naanị ụdọ ọgwụ dị nwayọ. Mgbanwe a bụ usoro azụmahịa nke dọkịta na-eji, ọ bụghị naanị iji wepụ nsogbu, ma dọkịta

Ọgwụ.	Kedu ihe na-eme ka ịkwụsị ọgwụ ahụ sie ike?	Ụzọ Umum * [Nke mbụ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ozi gbasara usoro ọrụ. * [Iga abụọ] Jide n'aka na ị nwere ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. * [Iga atọ] Malite usoro ọrụ ahụ. * [Iga anọ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. * [Iga ise] Nyochaa ihe ndị ị họpụtara. * [Iga asatọ] Debe ihe ndị ị họpụtara n'ebe dị mma. * [Iga asaa] Ọ gwụla! Ị ga-enwe ike iji usoro a maka ọrụ ọ bụla. Mana, ọ bụ ezigbo uru ịgụ akwụkwọ nduzi ahụ tupu ịmalite. Nke a ga-enyere gị aka ịghọta otú ọrụ ahụ si arụ ọrụ na otú esi rụa ya nke ọma. Ọ bụkwa ezigbo uru inwe ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. Nke a ga-enyere gị aka ịmalite usoro ọrụ ahụ ngwa ngwa. Mgbe ị malitere usoro ọrụ ahụ, jide n'aka na ilelee akwụkwọ nduzi maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. Nke a ga-enyere gị aka iji ihe ndị ahụ ziri e
	na ntuziaka SSRI/SNRI.	ahụ ga-elekwa anya mgbe ị na-agbanwe ụdọ ọgwụ.
Tapentadol (Nucynta)	Ụzọ ọrụ dị iche na ụfọdụ ndị ọzọ n'ime tebụl a — ọ na-arụ ọrụ abụọ: ọ bụ onweghari opioid na-agwupụta, ma ọ bụkwa onweghari norepinephrine na-ewepụ. Usoro ọrụ nke abụọ a pụtala na ụfọdụ mmadụ na-enwe nsogbu ya n'ihi ihe ndị enweghị isi na-emetụta receptor opioid: ọganihu norepinephrine dị otu a nwere ike bute nnukwu,	Ọ bụrụ na tapentadol adịghị mma, ozi ahụ bara uru maka onye dere ọgwụ—ya pụrụ ịbụ na ọ naghị abụ naanị ihe dị ka dosage opioid, kama usoro mmekọrịta ya nwere ike ịkpata nsogbu, wee gosi na a ga-enyocha ọgwụ ọzọ kpamkpam, ma ọ bụghị naanị idebe otu ọgwụ ahụ mana dochie dosage.

Ọgwụ.	Kedu ihe na-eme ka ịkwụsị ọgwụ ahụ sie ike?	Ụzọ Umum * [Nke mbụ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ozi gbasara usoro ọrụ. * [Iga abụọ] Jide n'aka na ị nwere ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. * [Iga atọ] Malite usoro ọrụ ahụ. * [Iga anọ] Lelee akwụkwọ nduzi ahụ maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. * [Iga ise] Nyochaa ihe ndị ị họpụtara. * [Iga asatọ] Debe ihe ndị ị họpụtara n'ebe dị mma. * [Iga asaa] Ọ gwụla! Ị ga-enwe ike iji usoro a maka ọrụ ọ bụla. Mana, ọ bụ ezigbo uru ịgụ akwụkwọ nduzi ahụ tupu ịmalite. Nke a ga-enyere gị aka ighọta otú ọrụ ahụ si arụ ọrụ na otú esi rụa ya nke ọma. Ọ bụkwa ezigbo uru inwe ihe ndị a chọrọ iji rụa ọrụ ahụ. Nke a ga-enyere gị aka ịmalite usoro ọrụ ahụ ngwa ngwa. Mgbe ị malitere usoro ọrụ ahụ, jide n'aka na ilelee akwụkwọ nduzi maka ntuziokwu gbasara otu esi emepụta ihe. Nke a ga-enyere gị aka iji ihe ndị ahụ ziri e
	mgbagwoju anya, ma ọ bụ ọsụsụ obi, karịsịa maka ndị mmadụ nke na-enweta ọtụtụ ihe. (Profaịlụ COMT Met/Met dị na tebụl nke 5 kwesịrị ịmụtakwa ebe a).	

Ihe ndị ụlọ ọrụ ahụzi na-eji nọgide, dị ka gabapentin na pregabalin.

Akwụkwọ ahụike dị na ugbu a nke ndị dọkịta na-enye na-achọ otu ọgwụgwọ ziri ezi yiri ihe a maara na akwụkwọ ahụike a, n'ebe ndị ọzọ: Gabapentin na pregabalin na-eji oke oke maka inweghị ọgwụ analgesic, ma ọ bụ iji nyere aka belata ọgwụ analgesic site n'inye ụfọdụ nsogbu gbasara ntanye. Nke a pụrụ ịbụ ihe dị mma na

bara uru. Ọ pụkwakwa ịgbanwe na-abụghị ihe omume, ma enwere ọtụtụ oge ndị a na-enye ya n'enweghị atụmatụ, ma ọ bụ naanị maka ogologo oge, ọ bụrụ na onye ọ bụla anaghị elekwasị anya na mgbe ịkwụsị ya.

⚠ LEZI EKWU.

Ihe ndụmọdụ nke Recovery Kernel gbasara gabapentinoids dịkwa ebe a: amụtala n'oge na-aga na ha nwere ọtụtụ nsogbu, gụnyere mmebi na-adịgide adị na mgba ụma mgbe emechaghị ya, ọbụlakpu, yana ihe egwu nke mgbaji ahụ, ọ bụrụ na a jiri ha n'elu. Ọtụtụ ndị na-enye gabapentinoid dị ka nhọrọ maka opioids, mana otú ahụ adịghị mma. Ihe omume ndị a chọrọ: kedu ụbọchị emechaghị ya ma ọ bụ mgbe a ga-atụgharịa ya? Ọ bụ ihe mejupụtara naanị maka obere oge, ma ọ bụ na a ga-ejekwa ya ogologo oge? Kedu ka a ga-ebelata ibu nke ọgwụ a, ọ bụrụ na ọ dị mkpa ịmechaghị ya. Ọgwụ ndị a nwere ike iziga mmebi ọzọ. Ihe omume adịghị emetụta naanị ihe ọjọọ, ọ nwekwara ike ịbụ ihe na-ebute oke.

Iji gbanwee ihe mere ya, ọ bụghị naanị iji belata ya.

Maka nnukwu ọnụ ọgụgụ ndị nọ na Nkebi nke 6 bụ ndị malitere iji opioids n'ihi mmerụ ahụ, ịkwaghachi adịghị dị mma ma chọrọ, mana ọ bụ naanị otu akụkụ – dika e kwuru na Nkebi nke 1 na Nkebi nke 6, mmerụ ahụ enweghị njikwa bụ otu n'ime ụzọ kachasị atụtụ iji opioids gaa. Ijikwa ihe mere mmerụ ahụ a, ma gwọọ ya ozugbo, abụghị ihe dị mma ịme; ọ bụ akụkụ dị mkpa iji mee ka ịkwaghachi adịghị dị mma.

- Ufọdụ nyocha maka ịtọpụta ihe bụ nke na-ebute mgbe ụba—nyocha akara, ntuziaka nye onye ọrụ ugbochi, ma obu usoro nyocha ọzọ—maadị ka ịgafe naanị iji gwọọ ahụ ike naanị ruo ogologo oge.
- Nlekọta ahụike na usoro ọgwụ ndị anaghị adị gbaa opioid maka mgba ụma, nke dọkịta na-elekọta mgba ụma na dọkịta na-ahụ maka ịkwụsị ọgwụ na-adị gbaa.
- Ketamine infusion therapy bụ otu ụzọ eji eme ihe, nke emechara na ọmụma, maka ụdị mgbụrụ ahụ ole dịka: complex regional pain syndrome, fibromyalgia, na ụfọdụ ụdị neuropathic pain. A na-eme ya site n'inye ketamine n'ime ahụ kemgbe a na-enweghị anesthesia, n'ebe e mebiri ka ọ na-elekwa onye ahụ anya. Ọ dị iche na usoro ndị ọzọ eji eme ihe maka ịkwụsị iji ketamine nke etinyere n'akụkọ a. Maka onye ọ bụla, ọ ga-esi ike ikwu banyere ya na dọktọ na-elekọta mgbụrụ ahụ ma ọ bụrụ na usoro ndị ọzọ adịghị arụ ọrụ.

Ụlọ-obibi

Ọ bụrụ na onye ọ bụla amaghị ihe kpatara mgbe ahụ, ma naanị họọrọ iji ọgwụ belata ya, ọ dị mkpa ịsịdokwa dọkịta banyere nke a. Ịkwenyesie ụgwọ ọgwụ na-echekwa nsogbu ndị amaghị, n'enweghị ileba anya gbasara ihe kpatara nsogbu ahụ, bụ otu ihe akwụkwọ a chọrọ inyere aka iziga.

Ụdị 7 - Jiri Usoro Nhazigharị.

Ọkwa.	Nke a.	Ihe omume na-emetụ ụjọ.	Ogo.
1 — Emepụtala ya, maka obere oge, enweghị mmezi ọ bụla.	Okwu dọta nke ọma, eji ya dị ka eduziara, maka oge adịghị ukwu.	Nkezi, mana ọ bụghị nke zuru ezi – mmetụta anwansi nwere ike amalite n'ime otu izi na abụọ mgbe ejiri ya ugbu a ugbu a, ọbụlaghị ma ọ bụrụ na ejiri ya eme ihe dị iche.	Ọ ka mma ịgbakọ usoro mgbanwe nke ọgwụ n'ime obere oge, n'aka Dr na-anye ya, karịa ịkwụsị ya ozugbo, ọbụlagodi na ọnọdụ a.
2 — Ihe emepụtara, ọtụtụ mgbe, ma ọ bụ mmepe dị nta.	Iji ya ugbu ọ bụla karịa oge mbụ e kwadoro, ma ọ bụ ịbawanye dosage dị ngwa ngwa iji nọgide na-enweta otu mmetụta.	Ọ gaghị adị mma, ọ bụ na enwere ike ịmepụta ndụ nke na-adabere n'anya.	Ịdọrọ mmanụ n'otu ụzọ dị mma bụ ihe dị mkpa ebe a; ịkwesi mmanụ ọtụtụ mgbe nwere ike bute nnukwu nsị, na nke a bụ otu ndị mmadụ yiri ya, ebe okwu banyere MAT, ọbụlaga maka obere oge, ga-aba uru.
3 — Iji anaghị atụ aro ma ọ bụ iji na-eto ngwa nke ukwuu.	Ị na-eji ihe karịa usoro ndụmọdụ, ị na-eji ọgwụ nke onye ọzọ, ma obu iji ọgwụ na-adịghị mma mgbe niile mana enweghị itinye ya kwa ụbọchị.	Ọ dị elu.	A ga-atụso nnọọ ọmụma nke ndị dọọrịa tupu enyere mmetụta ọ bụla iji kwụsị ya. Ọgwụgwọ maka mgbugbu (MAT) ekwesighi ịbụ ihe ikpeazụ, kama ọ ga-abụ akụkụ dị mkpa nke okwu a.
4 — Ọdịmma, ojiji kwa ụbọchị, gụnyere iji zaghachi mgbe eweghara ya.	Ojiji kwa ụbọchị ma ọ bụ ihe dị ka nke ahụ, gụnyere ojiji pụrụ iche iji zaghachi mgbe a na-ahapụ ya, kama ịmụba mmetụta.	Ọdụgwo - nke a bụ ndị mmadụ yiri ka akwụkwọ nduzi maka ọgwụ na-emechi na itinye mgbaze nke Program Section 8 rụrụ.	Aghakwa mbelata nke onwe gị. Nkebi 0 na-akpali ihe egwu banyere ịlaghachi na ọgwụ na overdose, yana ihe a dị mkpa maka ndị otu a n'ilekwa.

Nkebi nke asatọ - Nlekọta na-enyere aka site n'ịgba ahụike yana ịkwacha ihe ndị na-emetụta ahụ.

Ihe ọgwụ.	Mmezi.	Nkwupụta Kliniki.
Buprenorphine (Suboxone, Subutex, Sublocade)	Onye na-agụ ọgwụ opioid nke dị ala—na-etinye ọgwụ ahụ n'ọgbakwunyi, mana naanị ike zuru ezu iji gbochie mmetụta mgbe ịkwụsị ọgwụ na ịtụrụndụ, yana ibuike dị elu nke na-ebelata ihe egwu nke ịgba akpọnwọ ka etinye ya karịa ndị na-agụ ọgwụ opioid zuru ezu.	Ọ dị mkpa ka onye ahụ nọ na ọnọdụ ndọtara nke ukwuu ma ọ bụ mgbawa tupu o nye ya dose mbụ (i ji gbochie ndọtara ngwa ngwa). A pụrụ ịnye ya site na ụlọọgwèsite ndị na-azụ ahịa zụrụ, nke na-eme ka o zuru oke karị naanị mgbe ọ dị mkpa, ma emee iche na usoro methadone bụ nke a na-eme n'ime ụlọ ọgwụ.
Methadone.	Opioid na-arụ ọrụ zuru ezu, nke na-adị ogologo oge — na-eme ka ọrụ receptors dị gbasara, n'amụma na ọ dịghị na-agbanwe mgbe niile dịka opioid ndị na-adị obere oge.	Nke a na-achọ usoro ọgwụgwọ opioid nwere ikike n'ọtụtụ oge, ma ọ dịkarịa nta ka mbido. Enwere ihe eziokwu pụtara nke ukwuu, karịsịa maka mmetụta siri ike ma ọ bụ ogologo oge. Ọnọdụ CYP3A4 (Nkebi 5) na-emetụta usoro ọgwụgwọ.
Naltrexone (n'ime ụdụ ma ọ bụ Vivitrol nke na-agbanwe agbanwe).	Onu ọgwụ na-adịghị mma maka ndị na-eji opioids – ọ na-egbochi onu a kpamkpam, ọ bụghị ịgbanye ya, yabụ na ọ naghị emeputa ihe ọ bụla nke opioid ma na-egbochi mmefu nke opioids ọ bụla e ji ya.	Ọ dị mkpa ịme mmepụta ihe ọṅụṅụ zuru oke (karama ụbọchị 7-10 na-enweghị opioids) tupu amalite ya, n'ihi na ọ ga-ebute nnụpụta siri ike ma ọ bụrụ na opioids ka dị n'ime ahụ. Ndị na-ebu G-allele nke OPRM1 (Nkebi 5) na-egosiputa mmetụta karịa — ozi a bara uru na nke pụrụ ịdị, nke enwere ike iji nye nhọrọ maka ọgwụgwọ.

THE CENTURION

Nhọrọ MAT bụ ihe mkpebi kliniki dị ezigbo, na o nwere uru ozugbo site na ozi akụkọ ahụ nke dị na Nkebi 5 – gosi ya onye ọ bụla na-elekọta gị.

Nkebi nke ise - Ihe Omume Mgbake.

Tier 1 — Nke mbụ: Nkwekọrịta Ndụ (site n'ụtụtụ nke izu ụka).

Nkwado.	Okwu.
DLPA (DL-Phenylalanine)	Nkwado maka ihe ndị na-abụta endorphin — malite ụbọchị 1 ọ bụla mgbe ị na-eri.
NAC (600mg abụọ kwa	Ijikwa glutamate na mbelata ọchịchọ.

Nkwado.	Okwu.
ụbọchị)	
5-MTHFR	Nkwado maka mmepụta methyl na neurotransmitter.
Magnesium glycinate.	Nkwado maka sistemụ mmetụta na ụzọ isi nwuo.
Omega-3 (EPA na-achị).	Nkwado neurologikụ mgbe ọtụtụ usoro ahụ na-achọ ịgbasa.

Ọkwa abụọ — Nlekọta ahụike.

- MAT dị maka nkwarụ nke ọkpọkọ ahụ, ọ bụghị ihe na-akwakwasị ya.
- Nke a: Nkwado maka mgbe mmadụ na-echegbu onwe ya n'ihi nsogbu ahụ (Seksiyon 6) ga-arụkọ ọrụ na ihe ndị ọzọ, ma ọ bụrụ na enwere nsogbu ahụ nke ukwuu. Nke a abụghị ihe dị mkpa maka ndị mmadụ ndị ahụ.
- Nnyocha na ọgwụgwọ maka mgbaji ọbara, ma ọ bụrụ na akara ụdị ihe eji n'ime ahụ dị: (Nkebi nke 6).

Ụzọ dị mma na ọganihu: Iji usoro nke oge kwadoro maka itinye ihe.

Ọ dị mma ịkpọ ya aha ozugbo n'ihi na ọ dị ọnụ ala, ọ masịrị, ma ọ bụghị mgbe niile etụtara ya na akwụkwọ maka nrụpụta. E nwere igwe nchekwa ahịa nke na-eji oge, ha emere ka ndị mmadụ wee nwee ike ịnweta ọgwụ dịka usoro e kwadoro, kama ịnweta ya niile naanị ma ọ bụ enweghị naanị. Otu onye a tụrụ anya — onye okike, ezinwanyi, ma ọ bụ onye ọzọ na-elekọta — na-etinye doses dịka usoro nrụpụta nke dọkịta kwadoro, wee chebe igwe ahụ ka o mepere naanị mgbe oge kwadoro ruo. Nke a na-edozi nsogbu ịnweta ọgwụ na ihe ndị nwere ike gbochie ya, dịka e kwuru n'akwụkwọ ndị ọzọ. Usoro mmechie nke ụlọ akwụkwọ a: ịtọgbu ikike ịmere ihe n'ihi ọchịchọ na-adịghị dị njikere maka dosage mbụ ma ọ bụ ọzọ, bụ onwe ya ụdọdụ, na-emetụta ahụ, nke na-enyere aka, ọ bụghị naanị otu eji akara.

⚠ LEZI EKWU.

Ị nọghị naanị.

Ọrụ a na-enyere otu aka.

[Ihe ndị ọzọ] Ọdịnihu zuru ezi. E nwere ụdị mmechie ọgba aghụghọ dị na ihe atụ niile— amuta ihe ahụ bụ, ma onye nchịchịkwa ya, tupu i ji ngwaọrụ ahụ. Ọ gaghị ekwu banyere usoro nchekwa naanị maka ndị nwere oke egwu dị elu dị ka nke ederede na Nkebi 7— ọ bụ enyemaka zuru ezi, ya na ịleba anya, ọ bụghị ihe nrụpụta ya.

Bụ ihe ọjọọ na-abata n'ahịa: Nke ahụ bụ "ị na-agba mbọ naanị ruo mgbe usoro mbelata nke ọgwụ gasịrị" bụ ọnwụ.

Nke a chọrọ nlekọta dị ukwuu na ọzọ, karịa naanị ihe ngosi, n'ihi na ọnụego ahụ dị iche kpamkpam site na ihe ndị ọzọ niile na ntuziaka a. Ibuoyakụ sitere na ụlọ ọrụ ahazipụrụ nwere akụkọ mmetụta nke pụtara – emepụtara n'okpuru usoro, enyochaa maka dosage na ọnụ, wee chọpụta ihe niile site na mmepụta ruo igwe anwụli. Ibuoyakụ eburu otú ahụ n'ebe ndị ọzọ adịghị nwere nke a. Enweghị akụkọ,

enweghị ikike mmalite, enweghị nyocha nke ihe dị n'ime ya, enweghị ụzọ ịmata ihe ọ gara site na ma ihe ndị e jikọtara ya tupu o ruo onye ji ya. Nke a abụghị... Ị maghi ewere ihe ọ bụla dị ka mmetụta nke omume onye, kama ịlegharịa anya na otu ihe ahụ si adị n'onwe ya, n'ihi na nke a bụ eziokwu anaghị atụfu.

ỤBA AHỤHẸ ỌGBỤGBE

Nke a abụghị ihe ọjọọ nke na-adịkarị. Dị ka nkebi 6 si kwuo, mmepụta opioid na-emeghari ugbu a — yana, n'oge na-agwụ, mmepụta pill na-emeghari nke na-abụghị nke ọma ma ọ bụ nke na-adịghị mma— na-adịkarị na fentanyl. Fentanyl dị nnọọ ike site na ibu ya, ka ọ bụrụ na enwere ike ịchụpụ onye ahụ n'ihi obere ihe, na ọ gaghị adị iche na nke na-adị mma, ma ị ga-ahụ ya, tastaa ya, ma ọ bụ tụlee ya. Onye na-agbalị iji ihe dị n'ofe mgbe a na-ebelata ọgwụ, ma ọ bụ na-achọpụta nsogbu nke ịkwụsị ọgwụ n'ebe ndị ọzọ adịchaghị, site niji ihe ọ bụla dị na osimiri ma ọ bụ si n'otu ebe a na-enweghị ntụzi ahụike, anaghị eme ụdị mkpebi ahụ yiri ka ị na-agafe ọgwụ n'okpuru ntuzi. Ọ bụ mkpebi nke emere. N'enweghị ozi ọ bụla gbasara ihe ndị ahụ na-eri. Nlezi Fentanyl na Naloxone (Nkebi 0, Nkebi 6) na-ebelata ma ọ naghi emesi mmebi nke ihe a — naanị ụzọ iji zaghachi ya kpamkpam bụ ịghaba ileba anya na isi iyi ebe a na-eji, n'ihi ka ụzọ ahụike na MAT (ỤlọỌrụ Mgbakwunye) dị na Nkebi 8, bụ naanị ụzọ ziri ezi iji gbanwee ihe ndị mmadụ na-eri, ọ bụrụ na ọ ga-ekwesaghị ekwu na ọtụtụ mgbe ọ na-esighi ike ịnweta ya.

Oge nke atọ - Usoro Mmetụta na Ụkpụrụ Ndị Mmepụtara Endorphin (Afọ 1 ruo 12, oge bụ isi).

- Mmeghe ahụ nke na-adịgide adị kwa ụbọchị— bụ ihe kacha dị mma iji wulite endorfin, ọ naghi arụkarịka ịgba ọgwụ, yana bụ ihe a na-akwado mgbe niile n'ọtụtụ akwụkwọ nduzi.
- Onye ọzọ na-eme ka obodo di n'eziokwu ma na-emekarị mmekọrịta—ọ bụghị ihe dị mfe, kamakwa ihe a na-ejikwa, n'ihi otu opioid receptor system si edebezi mmekọrịta na uru (Section 5).
- Mmiri oyi, ịjụ ọchịchị, na egwu—dika ihe atọ nwere mmetụta nke ịgbasa endorfin, ọ bụrụkwa obere otu, ma ha dị mma mgbe ejikọtara ọnụ.

Ụlọ-obibi

Ụkpụrụ endorphin na-eweghariịa site n'ọmume kwa ụbọchị ruo ọnwa ndị ahụ, ọ bụghị site n'ọrụ nkeji ole na ole. Nke a abụghị mkpariịta ụfọdụ maka onye ọ bụla ji obi ike gbalịrị ya—kama ịpụta eziokwu banyere ihe a na-achọ maka mgbanwe a, yana oge dịka nke edera n'Ụbọchị 3.

Oxitokọn na nhazigharị nke Axial HPA.

Aga nke a dị n'ihi na akwụkwọ gị bụ isi kewara otu isiokwu niile maka ya, yana ọ kwesịrị inwe ebe ziri ezi na o doro anya ebe a, karịa ịhapụ ya. Usoro ahụ ọ na-atụgharị bụ nke dị n'ezie ma amaara ya tupu: opioids na-ebelata HPA axis mgbe ebute ya, ma mgbe ejighị ya, usoro ahụ emechabeghị naanị na-agbanwe azụ; ọ na-

agbanwe azụ, ọtụtụ oge. Cortisol na-adakwa, amygdala na-arụ ọrụ nke ukwuu, na sistemu eriri na nsogbu na-akọta ihe dị ka nnukwu mgbeghị ụzọ n'enweghị ihe ndị si n'èzí. Nke a bụ ihe mere usoro opioid pụrụ ịdị ka ọnwụ, ọbụna. mgbe ọ bụghị na ọ na-emetụta ahụ nwayọọ (Nkebi 0) - ihe omume ahụ bụ akụkọ zuru oke site na usoro mmetụta nke na-arụsi ike, ọ bụghị ọdụdụ.

⚠ LEZI EKWU.

Oxytocin bụ onye na-atụgharị cortisol n'ụzọ dị ọcha — ọ na-egbochi HPA axis, na-arụ ọrụ dị ka "switch" nke na-akwụsị sistemu mberede opioid na-ejikwa. Akwụkwọ akụkọ gị gosiri isiokwu a nke ọma, ma eji ya tụgharịa: usoro a bụ nyocha, ọ naghị anabata FDA maka iji wepụ mmetụta ọgwụ, na naanị obere ụlọ ọrụ ndị na-ele anya na ndị mmadụ toziterezi na-eji ya ugbu a. Ọ kwesịrị ịbanye n'akafulu a dị ka usoro ebe a na-atụ aro, nke dị nso ma bụ "mechanism" nke o kwesịrị ịma — ọ bụghị maka iji naanị onye. Onye ọ bụla na-achọ inwe ya ga-eme ya n'aka dọkịta nwanyị. Dọkụta nke ọmụma na-arụsi ọrụ ike n'ihe gbasara ahụike ndị na-eji ihe mgbochi, na-elekwasị anya na ụkpụrụ yiri otu e ji akpọrọ usoro a maka mgbakwunye ọzọ ọ bụla nke kacha elu.

N'ezie, nke a bụ ụdị ihe ọzọ yiri ihe ndị e debere na akwụkwọ nduzi maka ịkwesi usoro ọgwụ benzodiazepine, dị ka oxytocin nke etinyere n'ime nkume. Usoro ọrụ (iwepụ mmetụta HPA-axis) bụ otu, yana ihe omume dị mkpa: ọ bụ eziokwu, ya mere ọ ga-ekwu okwu na onye ọkachamara, mana ọ gaghị abụ ngwaọrụ zuru oke.

Nkebi nke 10 - Ntughari Nkwụsị Ahụ, na-agbakọgharịa.

ỤBA AHỤHẸ ỌGBỤGBE

Kpọọ 112 ma jiri Naloxone ọ bụrụ na enwere ya maka:

* imịpụta nke dị ala, adịghị mma, ma obu etinyebeghị —
* mkpụrụ ụzụ maọbụ mkpirikpi nke ojii —
* na-enweghị atụmatụ —
* ọtụtụ ihe ọṅụṅụ maọbụ ọnwụnwa.

Nke a dị mma karịa mgbe ọ bụla e nwere oge obere iji maọbụ ịkwụsị, n'ihi na usoro enweghị ndụ nke ederede na Nkebi 0, yana ihe egwu na-agbanwe agbanwe nke fentanyl (Nkebi 6) dị ka ihe ọzọ na-emetụta ọ bụla opioid sitere na isi iyi omume.

Nkebi nke 11 - Ndịkọrịta Usoro niile na Mmapụ.

Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:
 	
Ihe omume:
 	
* **Maka ụmụ akwụkwọ dị afọ iri abụọ na ise, ọrụ a nyere otu aka.**
* **Ọ bụ isiokwu zuru ezu.**
* **Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:**
 	
Ịtụle:
 	
* **Iji mee ka ọ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle ọzọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle nke atọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
	Onye ọ dị?

Recovery Kernel Opioid Guide, Nkebi nke 3.	Usoro zuru ezu maka ọgwụ na-eme ka mmadụ nwee mmetụta (MAT) na itinye ụdọ, nke Nkebi 8 nke ntuziaka a na-akpọtụrụ aro.
Ntuziaka maka Recovery Kernel na Fentanyl.	Ịchọpụta ihe ndị na-emerụ ahụ—ihe nyocha, ozi maka Naloxone, na usoro mmadụ nke fentaniol dị iche na ọgwụ analgesic ndị ọzọ.
Recovery Kernel, Ntuziaka maka Nku, Anya, na Eji. Nkebi nke	Nke a adịghị dị na akụkọ ahụ.

Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:
 	
Ihe omume:
 	
* **Maka ụmụ akwụkwọ dị afọ iri abụọ na ise, ọrụ a nyere otu aka.**
* **Ọ bụ isiokwu zuru ezu.**
* **Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:**
 	
Ịtụle:
 	
* **Iji mee ka ọ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle ọzọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle nke atọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
	Onye ọ dị?

ụfọ.	
Protocoli nke 14 (Nlekọta Mgbe Mmụọ).	Ụzọ ọgwụgwọ maka mgbe mmadụ na-echegbu onwe ya, nke ederede na Nkebi nke 6, bụ maka ndị mbụ malitere iji ọgwụ opioid n'ihi mgbaba dị ukwuu.
Protocol 05 (Nhazi Gburugburu).	Usoro kacha mkpa maka mgbake a bụ: ihe nkwụsị nke na-ebute ọchịchọ bụ ihe isi na-adịkarị mgbe mmadụ alaghachi na adighị dị oke elu na ụdị ọgwụ ndị ọzọ.
Compendium Gene-Substance Matrix, Apụndịks A	Ọdịnihu nke usoro nkwụnye ụkpụrụ na akụrụngwa: GABRA2 + COMT Met/Met ('Usoro Ọghọm na Mgbawa') na-agabiga P06, P09, P10, P21; GABRA2 naanị na-

Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:
 	
Ihe omume:
 	
* **Maka ụmụ akwụkwọ dị afọ iri abụọ na ise, ọrụ a nyere otu aka.**
* **Ọ bụ isiokwu zuru ezu.**
* **Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:**
 	
Ịtụle:
 	
* **Iji mee ka ọ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle ọzọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle nke atọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
	Onye ọ dị?

	agabiga P01, P06, P20; GABRA2 + MTHFR ('Usoro Ọghọm na Ihe ọṅụṅụ') na-agabiga P06, P07, P11, P21. Jide n'aka ka ịlelee akụkọ a ozugbo ma ọ bụrụ na enwere usoro genomic zuru ezu.
Akwụkwọ Isi nke Recovery Kernel, Nkebi 8 (Protokol Oxytocin).	Ị chọrọ isiokwu niile nke Edobere na Isi nke 9 - nkọwa zuru oke banyere usoro ọrụ, yana ihe atụ gbasara iji ya n'oge mgbakọta data.
Compendium Protocol 20, 21, C-28 (Architecture nke Aha).	Ị ga-amalite ihe omume ndị a site na izi mmalite nke anwọnụ ruo anwọnụ ise (ihe dị ka otu ruo ọnwa isii).

Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo: **Ihe omume:** * Maka ụmụ akwụkwọ dị afọ iri abụọ na ise, ọrụ a nyere otu aka. * Ọ bụ isiokwu zuru ezu. * Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo: **Ịtụle:** * Iji mee ka ọ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche: * Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo. * Ejikwala asụsụ ọzọ. * Akwụkwọ ya zuru ezu. **Ịtụle ọzọ:** * Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche: * Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo. * Ejikwala asụsụ ọzọ. * Akwụkwọ ya zuru ezu. **Ịtụle nke atọ:** * Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche: * Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo. * Ejikwala asụsụ ọzọ. * Akwụkwọ ya zuru ezu.	**Onye ọ dị?**
	Ihe Omume Maka Imezi Ogo Mmụọ: * Nke ọdịnihu: * Maka ndị na-agba ume, ihe omume a na-enyere aka ịgbanwe echiche ha banyere onwe ha. * Ọ na-enye ohere maka mmekọrịta na mmechie. * Ihe Omume: * **Nke 1:** Nkwa nke ọhụrụ. * Ịkweta echiche ọhụrụ banyere onwe gị.

Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:
 	
Ihe omume:
 	
* **Maka ụmụ akwụkwọ dị afọ iri abụọ na ise, ọrụ a nyere otu aka.**
* **Ọ bụ isiokwu zuru ezu.**
* **Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:**
 	
Ịtụle:
 	
* **Iji mee ka ọ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle ọzọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
 	
Ịtụle nke atọ:
 	
* **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:**
  * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.**
  * **Ejikwala asụsụ ọzọ.**
  * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**
	Onye ọ dị?

	* Ịchụpụ ihe omume gara aga.
	* **Nke 2:** Imezi ogo mmụọ.
	  * Ịmụta maka mgbagharị na ịdị nso.
	  * Iji echiche dị mma.
	* **Nke 3:** Nkwa nke ọhụrụ.
	  * Ịkweta echiche ọhụrụ banyere onwe gị.
	  * Ịchụpụ ihe omume gara aga.
	* **Nke 4:** Imezi ogo mmụọ.
	  * Ịmụta maka mgbagharị na ịdị nso.
	  * Iji echiche dị mma.

Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo: **Ihe omume:** * **Maka ụmụ akwụkwọ dị afọ iri abụọ na ise, ọrụ a nyere otu aka.** * **Ọ bụ isiokwu zuru ezu.** * **Nke a bụ ihe atụ maka ozi na-abụta Igbo:** **Ịtụle:** * **Iji mee ka ọ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:** * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.** * **Ejikwala asụsụ ọzọ.** * **Akwụkwọ ya zuru ezu.** **Ịtụle ọzọ:** * **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:** * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.** * **Ejikwala asụsụ ọzọ.** * **Akwụkwọ ya zuru ezu.** **Ịtụle nke atọ:** * **Iji mee ka ozi ahụ dị mma, ị ga-etinye ụkpụrụ ndị a n'uche:** * **Ọ dị mkpa iji asụsụ Igbo.** * **Ejikwala asụsụ ọzọ.** * **Akwụkwọ ya zuru ezu.**	**Onye ọ dị?**
	* **Nke 5:** Nkwa nke ọhụrụ. * Ịkweta echiche ọhụrụ banyere onwe gị.
Complex Trauma na Mmetụta nke Ihe Ọnụnụ.	Mgbe ọtụtụ mgbe, oke ojọ na-ebute gbasara iji opioids; arụmọrụ dị iche maka mgbaba ahụ ekwesighi ịmalite ruo mgbe a kwadoro usoro anụ ahụ na MAT — oge dị mkpa ebe a, dị ka ọ bụla n'usoro a.

Nkebi nke 12 - Mmechi.

Ụlọ-obibi

Ighọta maka mgbake opioid bụ otu n'ime obere mpaghara nkeọma naọrụ nke ọgwụgwụ maka mgbagwoju anya, yana ihe atụtụ dị ike na eziokwu gbasara usoro ọgwụgwụ kacha arụsi ọrụ — MAT (Ọgwụgwụ Aka Maka) na-azọpụta ndụ, ugboro ugboro, n'ụzọ nke pụrụ ịmeputa. Iji ya adịghị bụ ụdọ mgbake dị ala. Sistemụ endorphin na receptor ndị opioid ji, enwere ike ịnwapụta ha, n'oge ọpụpụo, ma ọ bụghị naanị mgbe ahụ, ma ọ bụrụ na mgbake ahụ gụnyere ọgwụgwọ na-enweghị oge. Ihe kacha mkpa, dị ka nkebi 0 si kwuo, bụ ịdị ndụ n'oge ebe tolerance na atụmmatụ adịghị akpọtụrụ — ihe ndị ọzọ niile dị na ntuziaka a bụ iji gị gafere oge ahụ n'ụzọ dị mma.

KWỤSIWO NTANAHỤ ANYA – USORO EKWUNWE: OPIONDỤ.

Nkwụnyeaka maka mbelata ihe ọjọọ - Amahụ n'amabeghị - Echereghị ya maka ịgwọ asaa ahụ.

Crisis Resources: 988 (Suicide & Crisis Lifeline, call or text) | SAMHSA: 1-800-662-4357